



スーパーでは1年中手に入る食材が増えていますが、旬の食材は季節を感じる感性を育み、栄養面においても優れています。「みどり農園」の野菜は只今収穫真っただ中!!収穫を楽しみ、採れたて野菜を味わう子ども達からは満面の笑みがみられています。ぜひ毎日の食卓でも、旬の食材を取り入れてください。

## 試食会へのご参加ありがとうございました

6月22日に行った試食会では、お忙しい中ご参加いただきありがとうございました。新型コロナウイルスの影響もあり、2年ぶりの開催でありました。また、お迎え時間に行ったため、ご参加が難しい保護者の皆様にはご不憚をおかけしました。



### 〈園の給食で心がけていること〉

- \* 食材やだしの旨味を活かした薄味の給食提供
- \* 多くの食材に触れられるよう、旬の食材を取り入れる
- \* 安心して食を楽しむことができるよう、衛生管理の徹底
- \* 「食べる」以外の体験からも、食への興味を引き出す 等等



今後も調理担当者一同、子ども達の成長のお手伝いができるよう努めてまいります。引き続き保護者の皆様のご協力よろしくお願いたします。

## トウモロコシの皮むき

子ども達の大好きな野菜のひとつでもあるトウモロコシ。緑の皮をいくつもむいて、ぴかぴか光る黄色い粒が見えたとき、子ども達の表情もひかり輝きます。粒の数だけあえるヒゲも気持ちよく、発想豊かな子ども達の遊び道具として重宝されます。

13日のトウモロコシは、にこにこ組さんに皮むきを行ってもらいます。子どもにとってはかなり力のいる作業なので、きっかけを作ってあげるとスムーズに行えます。



## 土用の丑の日 「ウナギ」

土用の丑の日には、「暑い夏を乗り切こえる」という意味でウナギを食べる習慣があります。本来のウナギの旬は冬ですが、ビタミン A をはじめ、栄養豊富なウナギは、疲労回復や夏バテ防止にぴったりです。また、のどや鼻の粘膜を健康に保つ働きがありますので、なかなか治りにくい夏風邪予防にもなります。

## うなぎ屋でせかすのは野暮

生きた鰻を捌いて蒲焼にするには時間がかかるため、店員を急かすと丁寧な仕事が出来なくなり、蒲焼の味が落ちてしまうのでよくないという意味です。忙しい日常ですが、鰻でなくとも丹精込めて作られた料理をゆっくりと楽しむ時間は素敵ですね。なお、今年の丑の日は、7月23日(土)です。

## 〈7月の食育予定〉

### にこにこ組 何だろう BOX

今回にこにこ組さんの何だろうBOXに入る野菜は、みんなが大好きな夏野菜。手で野菜の感触を楽しんだ後は、目や鼻を使って観察します。その後は、味や食感も楽しんでほしいと思います。

### ぴかぴか組 セタについて・何だろう BOX

箱の中に入っている食材を、手の感覚だけで当てる「何だろう BOX」。決められたルールの中でお友達と相談しながら答えを導き出します。また、七夕のいわれや、行事食についても話を行います。